Утверждаю

Директор школы А.М. Мансуров

Школа МБОУ "Актанышская СОШ№1" Отд./корп Дата 02.12.2024

| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | гор.блюдо | 243 | Сосиски отварные | 100 | 36,72 | 108 | 7 | 11 | 1 |
| | гор.блюдо | 203 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 205 | 8,6 | 249 | 7 | 6 | 38 |
| | гор.напиток | 1 | Чай полусладкий | 200 | 0,65 | 21 | 0 | 0 | 5 |
| | хлеб бел. | 1 | Хлеб пшеничный | 50 | 2,55 | 71 | 4 | 0 | 25 |
| | хлеб черн. | 1 | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 30 | 1,7 | 66 | 2 | 0 | 14 |
| | фрукты | 338 | Плоды и ягоды свежие | 100 | 9 | 47 | 0 | 0 | 7 |
| Завтрак 2 | фрукты | | | | | | | | |
| Обед | закуска | | | | | | | | |
| | 1 блюдо | | | | | | | | |
| | 2 блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб бел. | | | | | | | | |
| | хлеб черн. | | | | | | | | |
| Полдник | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| Ужин | гор.блюдо | | | | | | | | |
| | гарнир | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | хлеб | | | | | | | | |
| Ужин 2 | кисломол. | | | | | | | | |
| | булочное | | | | | | | | |
| | напиток | | | | | | | | |
| | фрукты | | | | | | | | |